

Hata Yoga beim TV Hemsbach

Mit Victoria Liebe, Yoga Lehrerin für klassisches Hata Yoga, konnte der TV Hemsbach eine kompetente Trainerin für 2 neue Januarkurse verpflichten.

Jede Unterrichtseinheit umfasst 90 Minuten, in denen Übungen und Atemtechniken zur Kräftigung von Muskulatur und Organen durchgeführt werden. Körpergefühl und Körperbewusstsein stehen hierbei im Mittelpunkt der Trainingseinheiten.

Kursbeginn in Hemsbach:

Kurs 1: Montag, der 13.01.2020 9.30 – 11.00 Uhr, Tanzstudio der Penguin Tappers
Hans -Michel-Halle

Kurs 2: Donnerstag, der 16.01.2020 17.30 – 19.00 Uhr, TVH Turnhalle, Schubertweg 1

Beide Kurse sind sowohl für Mitglieder als auch für Nichtmitglieder offen. Mitglieder des TV Hemsbach und der SG Hemsbach können verbilligt an den Kursen teilnehmen. Außerdem besteht die Möglichkeit, eine 10 er Karte zu erwerben

Infos und Anmeldung:

TVH Geschäftsstelle im Schubertweg 1: tvh@tv-hemsbach.de

Tel.: 06201-477186

Oder Gabi Schollmeier.

Tel.: 06201 - 73978